

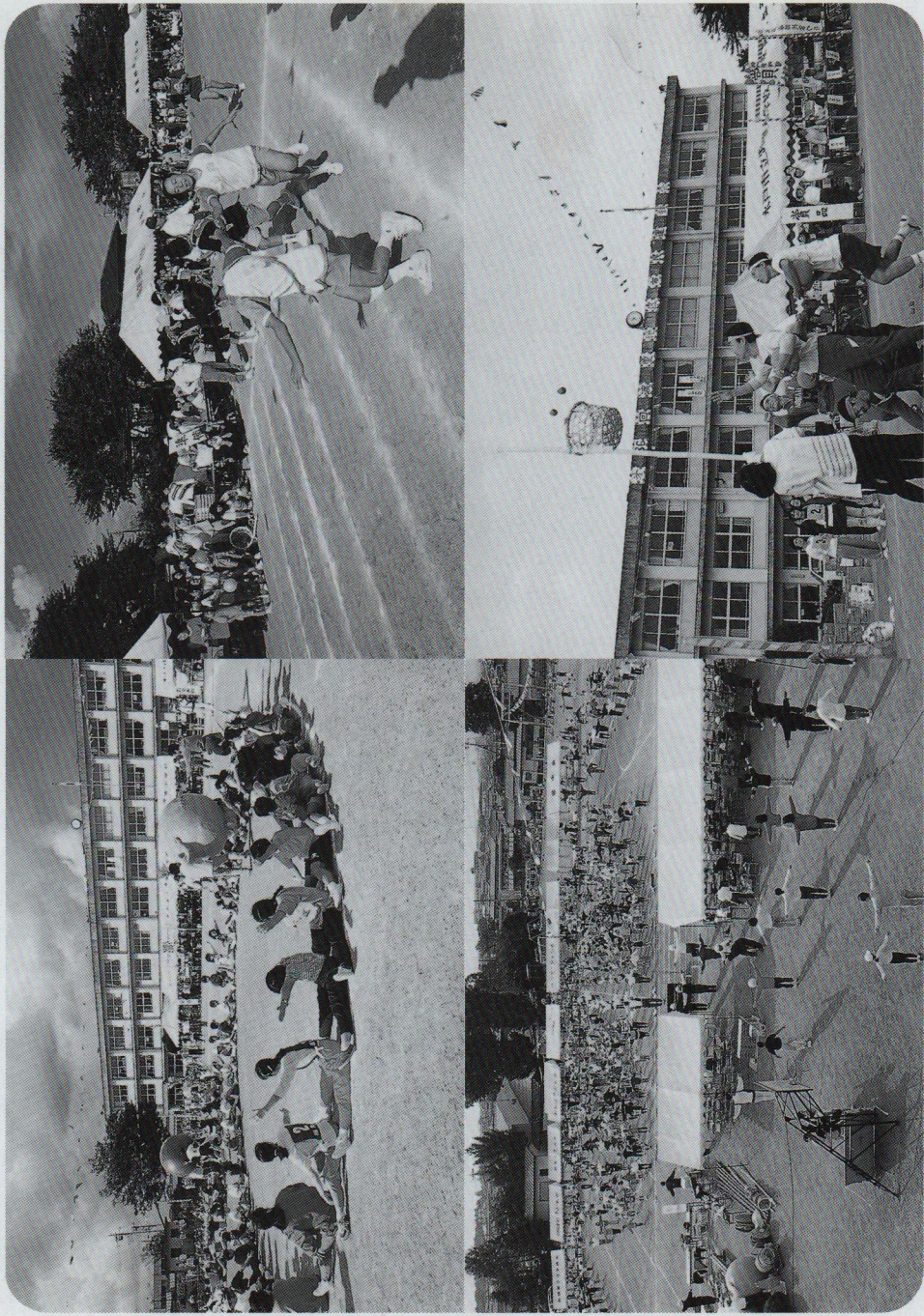
# ふれあい わたたり

No. 3

平成10年3月31日  
編集・発行  
渡里住民の会  
生涯学習部  
☎221-3873  
印刷  
山田美術印刷所  
発行部数 3,800部

— 参加・ふれあい・話し合い —

題字 吉野 幸市 氏



(快晴の下、健康づくり)

## 第36回 渡里地区市民運動会

平成9年10月10日

- ### 渡里住民の会 活動の一年をふりかえって
- 5・8 町内会長会役員会(自治部会)
  - 5・9 スポーツレクリエーション部会
  - 6・8 花苗配布(生活環境部)
  - 6・9 スポーツレクリエーション部会
  - 6・10 渡里住民の会役員会
  - 6・13 町内会長会総会(自治部会)
  - 6・21 花苗配布(生活環境部)
  - 6・27 お父さんソフトボール大会キャプテン会議(スポ、レク部)
  - 6・28 渡里住民の会総会
  - 6・28 広報づくり研修会に参加(生涯学習部)
  - 7・6 お父さんソフトボール大会(スポ、レク部)
  - 7・10 スポーツレクリエーション部会
  - 7・12 好文カレッジ指導者研修会に参加(生涯学習部)
  - 7・13 那珂川クリーン作戦(生活環境部)
  - 7・18 花だんコンクール(生活環境部)
  - 7・19 生涯学習部会
  - 7・19 社会を明るくする運動水戸集会に参加(福祉厚生部)

- 7・24 町内会長会役員会(自治部会)
- 7・26 地域リーダー研修会五回シリーズに参加(総務広報部)
- 8・3 渡里地区二斉清掃(生活環境部)
- 8・4 ミックスソフトバレーボールキャプテン会議(スポレク部)
- 8・12 渡里住民の会役員会
- 8・17 ミックスソフトバレーボール大会(スポレク部)
- 8・21 市民運動会プログラム編成会議
- 8・28 スポレク部会
- 8・30 総合防災訓練に参加(バズ一代)
- 9・2 町内会長会一日研修(自治部会)
- 9・9 東海原発見学とふるさと歴史散歩(生涯学習部)
- 9・16 ママサンバレーボールキャプテン会議(スポレク部)
- 9・20 市民運動会実行委員会
- 9・27 東京江戸博物館見学と浅草散策
- 9・28 隅田川屋形船遊覧(スポレク部)
- 9・28 ママサンバレーボール(スポレク部)
- 10・10 市民運動会
- 10・26 市民スポーツの祭典に参加総合優勝

- 10・27 スポーツレクリエーション部会
- 11・6、7 町内会長会二泊研修(自治部会)
- 11・8 グランドゴルフ大会(スポレク部)
- 11・20 町内会長会役員会(自治部会)
- 11・23 歩く会(スポレク部)
- 1・17 生涯学習部会
- 1・19 渡里住民の会役員会
- 1・22 水戸市防災講演会に参加(福祉厚生部)
- 1・25 新春郷土かるた大会
- 1・31 広報づくり研修会に参加(生涯学習部会)
- 1・31 生涯学習部会
- 2・4 ふれあいわたりまつり実行委員会
- 2・7 水戸市交通安全市民大会に参加(福祉厚生部)
- 2・6、8 ふれあいわたりまつり公民館講座展示発表とお茶会
- 2・11 幕末と明治の博物館見学と野口徳四先生の講話のつどい(生涯学習部)
- 2・21 ふれあいわたりまつり公民館講座発表会
- 2・22 ふれあいわたりまつり芸能大会、お茶会、グランドゴルフ、模擬店、花の販売、もちつき、野菜の販売、バザー
- 2・28 市民のつどい参加

- 2・28 好文カレッジ指導者研修会に参加(生涯学習部)
  - 3・10 花苗配布(生活環境部)
  - 3・17 町内会長一日研修(自治部会)
- ### 受賞者の皆さん おめでとうございます
- 平成九年度水戸市民の集い(二月二十八日於県民文化センターで実施)に於いて渡里地区の方々が受賞されましたので報告いたします。
- 永年勤続自治会長感謝状受賞  
一五年勤続 山本 武  
一〇年勤続 大槻義光
- 市民憲章ほう賞受賞  
功績賞 安藤秀彦、小林哲男  
花壇コンクール入賞団体 婦人会の部  
優秀賞 台渡里婦人会  
フラワーロードの部 努力賞 堀高齡者クラブフラワーロード
- 第二八回水戸市社会福祉大会顕彰  
鈴木晃一郎、寺門好道  
所 弥生、稲垣やゑ

### ◆ 編集後記 ◆

薬師神 美代子

雨上りの朝裏の竹藪に春を告げるウグイスが来た様です。また良く声が出ない様でホーホーとだけないて居ました。寒い冬から春のおとづれに活動的な時節となって参りました。

地域の皆様と共に住良いまちづくりをめざして発行される広報紙「ふれあいわたり」ですので御愛読下さいます様お願い致します。

今回の発行に当り原稿をお寄せ下さいました方々に感謝を申し上げます。今後共御指導御協力をお願い致します。

### ◆ 編集顧問

雨貝 正 木村 実

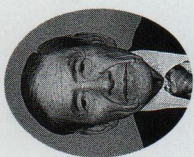
### ◆ 編集委員(生涯学習部)

- |        |       |
|--------|-------|
| 小泉不二夫  | 岡野良雄  |
| 薬師神美代子 | 添田有子  |
| 八木岡民雄  | 木村俊男  |
| 寺門三雄子  | 安蔵澄子  |
| 園部たみ子  | 大部治子  |
| 関根佐代子  | 布袋田吉造 |
| 篠原 守   | 北原レイ子 |
| 安藤豊子   | 清水嘉子  |
| 廣田節子   | 佐藤慶子  |
| 斎藤恵子   | 島根雅代  |
| 高土節子   |       |

# おかげさまで 二年

渡里住民の会会長

田所 尚周



渡里住民の会も、自治連合会と実践会が一体化して、いろいろな事業を行うようになってから、はや二年間が過ぎました。

この間、渡里地区住民の皆様にはあたたかいご支援、ご協力をいただき有難く、厚くお礼を申し上げます。

渡里住民の会では、今後とも住みよい渡里をめざして活動を進めていきたいと考えております。

地域づくりは、まずふれあいからと思っています。市民運動会やふれあい渡里まつりなどをさらに発展させていきたいし、行政課題の解決に積極的に取り組んでいきたいと考えております。

さらに従来からの事業にも関連会と力を合わせて引き継ぎ行っていくとしたいと思っておりますのでご理解ご協力をお願い申し上げます。次第でございます。

# 第一回ミックスソフト バレーボール大会開催 される

柴田 繁

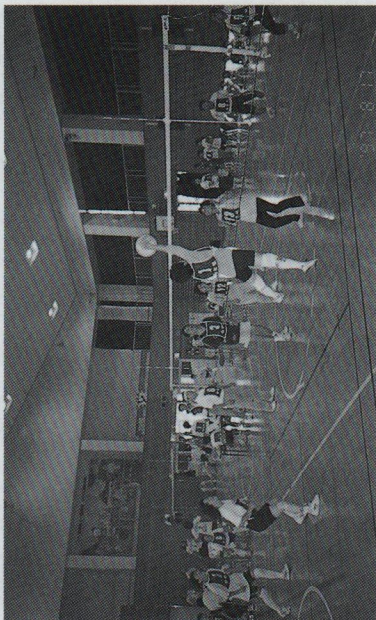
去る八月二七日、渡里小学校体育館において、第一回ミックスソフトバレーボール大会が盛大に行われた。

従来はミックスバレーボール大会として行っていたのですが、より多くの方々に気軽に、しかも専門的な知識や技能をもたなくても参加できる種目としてこのソフトバレーボールを取り入れました。

ミックスというからには、男女混合によるチームです。

普段あまりスポーツをしたことのない、お父さん・お母さん方が夜間、小学校体育館に集まり、熱い夏の夜の猛練習?!：体育館内は若さと情熱でムンムン：「青春そのもの」の光景でした。

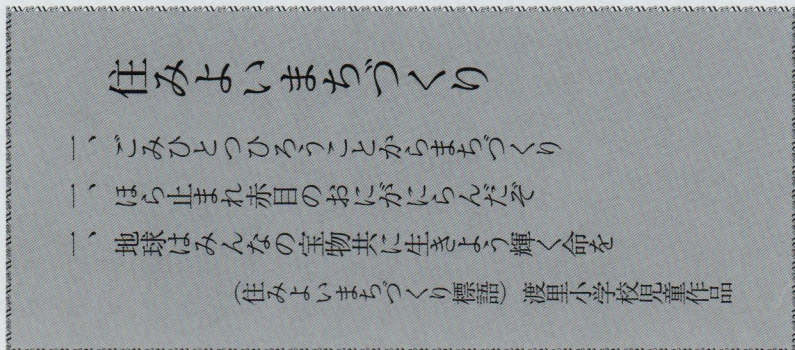
参加チームも二三と、地域によっては二チーム出すところもあり和気藹藹のうちに、大会は無事終



了いたしました。

地域の方々のための、このようなスポーツ大会は年に何回か行われます。家にくすぶっていない皆様声かけあつて参加してみたいかがですか。楽しいですよ。

一回お待ちいたしております。なお優勝は「台三区あさがお」準優勝は「いぶき」でした。



# ふれあい渡里まつり

## 模擬店

安藏 秀彦

当日は、好天に恵まれ、また多くの参加者そして多くの模擬店運営者の支えの元で、まつりは盛大に終了した。

今年の模擬店の内容は、昨年のものに、プラスアルファであったが、運営者相互のふれあいが膨らみ、和気あいあいとした雰囲気の中で進行できたことは、最大の成果であったと思う。

まつりと言えば、模擬店と言えるほどに、模擬店は定番物であるだけに、どのコーナーにおいても販売に趣向をこらした取り組みが見られたと思います。

でも、私達が目指していることの中で、最も重視しているのは模擬店も含め、まつりの運営者自身が、楽しく出来たかであります。幸いにも、後日の反省会で、各人に感想を聞いた限りでは、皆さんが、それぞれ、一日を楽しく過ごすことが出来たこと、参加して良かったことなどでしたので、結論を出すすれば、今年のまつりは最高であったと思います。ご協力ありがとうございました。

# かるた大会

キラリンチーム 八木 岡舞

平松 佑脩

徳永 真志

わたしたちは、きよ年しゅん優勝でくやしい思いをしたので、「今年、ぜつ対優勝しようね」と言っていました。

きよ年優勝をしたチームは、Bブロックなのでもうたかわないから、優勝できるかなと思いましたが、

四回勝ちぬいて、五回目のしあいの時、さいしよからふたをとられてしまったので、少しあせりました。でも、さいごには、二まいさでぎやくてんして勝ちました。次は、決勝せんです。今度は、さいしよからたくさんとつたので、優勝することができました。そして、ねんがんの中央大会に行きます。中央大会でも、いいせいせきをおさめたいと思います。



# うれしかった優勝

四年 苺子 靖弘

1月25日(日曜日)「渡里地区水戸きょう土かるた大会」が、渡里小学校の体育館で行われました。ぼくの子供会の堀西部からは、5組が参加しました。ぼくの、チームの仲間、勝又君と中野君です。勝又君と中野君は、前回、中央大会で、準優勝になったことがあります。ぼくは、今回が初めてなので少しドキドキしました。でも、前の日に、いっぱい練習したので自身がありました。試合はBブロックの予戦では、3チームとも見事勝ちぬき、決勝トーナメントに申し出ました。決勝トーナメントでは、強いメンバーとの、せつ戦となりました。とくに、6年生のチームの対戦では、なんとか4枚差で、勝ちぬき、ついに決勝となりました。自分ではここまでくるとは思っていなかったのですが、すごきんちようしました。最後の相手は、田野のチームです。それでそのけつかは、と言うとなんと25対26でぼくのチームが勝ちました。すごくうれしかったです。中央大会もがんばりたいです。

# グラウンド・ゴルフ大会

渡里住民の会 スポレク部

山崎 行雄

平成九年度渡里地区グラウンドゴルフ大会が十一月八日、絶好のゴルフ日和の中、参加者百二十名の老若男女が一同に集い楽しい競技が開始された。

大会は、団体戦と個人戦を同時開催とし、開会式初頭から異常な盛り上がりの中、組合わせ発表の時には全員が緊張の中にも和気あいあいのムードとなった。

競技は日本グラウンド・ゴルフ協会の規則に渡里ルールを加え、八ホールを同時に一斉スタートとした。競技は厳正な審判員のもと一打毎に各ホールから歓声上がり、最高潮に達した。

今年のコースは十五M、二十五M、三十M、五十Mを各二ホールとし、合計八ホールを設定した。選手はこの八ホールを二回プレイし、打った打数の少ない選手より順位を決め表彰した。

# 競技結果

団体の部

優勝 おしどりチーム

準優勝 台高クラブA

第三位 堀第三高齢者クラブ

個人の部(小学生)

優勝 竹内 俊智 五十七回

中野 紗織 五十七回

第三位 神山 修太 六十二回

第四位 神山 友美 七十二回

第五位 中野 涼太 七十二回

個人の部(一般)

優勝 萩谷 一 四十七回

準優勝 布袋田 吉造 五十回

第三位 片野 孝男 五十回

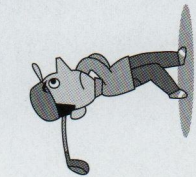
第四位 広木 とき 五十一回

第五位 安藏 ふみ 五十二回

第六位 柏 明 五十二回

第七位 栗田 良子 五十二回

渡里地区の皆さん、生涯スポーツとしてのグラウンド・ゴルフに今後は率先して参加ください。現在、全国レベルで愛好者が増えています。みんなで楽しく遊びましょ。



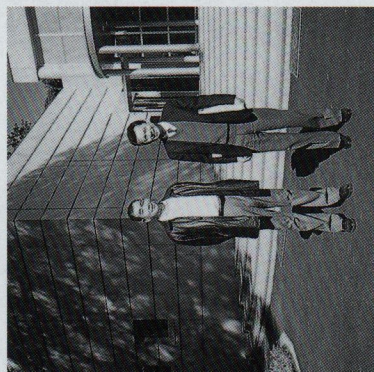
# がんばれ 渡里

渡里公民館長 所 猛夫

渡里公民館は、身近かな生涯学習施設として、教室、クラブ、シリーズの講座が目白押しの状態です。いつもにぎわっております。

地域づくりの拠点としても、渡里住民の会をはじめ各関連会の活動にも大いに活用されております。生きがいのある住みよいまちづくりのために充分生かされていると思っております。

平成十年度からは、コミュニティ担当の職員が配置されることになっております。住みよいまちづくりにはずみをつける絶好のチャンスに成るよう皆さんで、がんばっ



## 花壇コンクール優秀賞 入賞まで

所 美代子

此の度水戸市住みよいまちづくりの推進協議会の一環として住民の会生活環境部の方々の御指導をいただきました。お蔭をもちまして水戸市の中央審査会の推薦により台渡里婦人会が優秀賞の名誉にかがやきました。渡里婦人会台渡里支部の皆様と共に大変うれいことと思ひます。

一点の曇もない高くすみきつた秋空を仰ぎみて当時の雨の少ない乾燥した中での種まき植えつけ草とりと汗を流した仕事が思い出されます。

会員の家族の手を借り協力していたじき畝を作りました。病後の疲れをかくして先頭に立って働いて下さった方、早朝のうす暗いうちから草とりをして下つたなれない会員の方々の熱心な結晶でした。

心ない人のあきかんゴミのポイ捨てはお花が泣きます。お願いします。

お苦勞さまでした。来年もがんばります。

## 花だんコンクール表彰

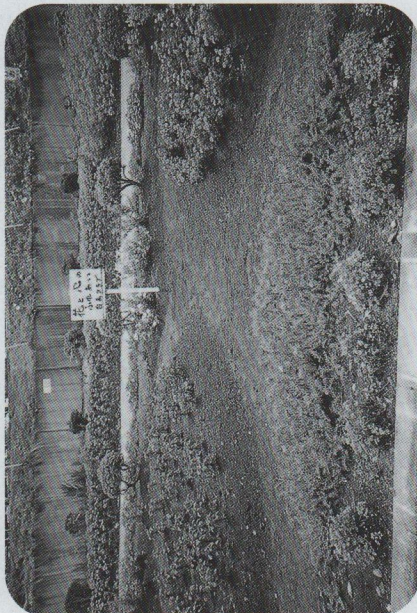


水戸市住みよいまちづくり推進協議会「美しい環境づくり運動」の一環として各地に花壇が作られています。

渡里地区におきましても、渡里住民の会・生活環境部主催により、子ども会・高齢者クラブ・婦人会・小学校・保育所および事業所等二十五箇所の花壇が作られています。

去る七月十八日に実施いたしました渡里地区花壇コンクールにおきまして、次の方々の花壇が審査の結果入賞しました。

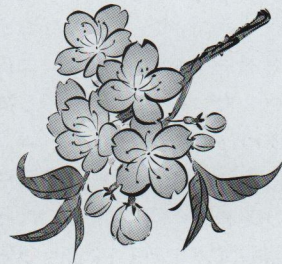
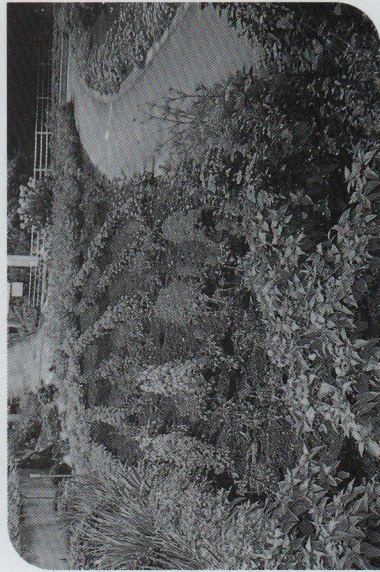
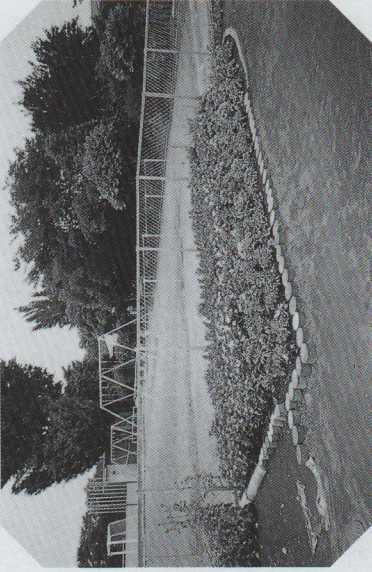
- (優秀賞) 台渡里高齢者クラブ
- (〃) 台渡里婦人会
- (〃) 環婦人会



- (優良賞) 渡里保育所
- (〃) 堀高齢者クラブ  
(フラワーロード)
- (〃) 渡里小学校
- (努力賞) 渡里婦人会  
(フラワーロード)
- (〃) 野木団地町内会
- (〃) 堀婦人会
- (〃) 新台三区有志
- (〃) 堀五区みどり会

なお、優秀賞及び優良賞を受賞した六花壇におきましては、渡里地区代表として水戸市の中央審査会に推薦いたしました。

その結果「婦人会の部」におきまして「台渡里婦人会」が優秀賞、「フラワーロードの部」におきまして「堀高齢者クラブ」が努力賞に入賞いたしました。



# ふれあい渡里まつり

平成9年度 ふれあい渡里まつり開催	
2月6日(金)	◇作品展示◇
2月7日(土)	◇作品展示◇
2月8日(日)	◇作品展示◇ ◇お茶会◇
2月21日(土)	◇発表会◇
2月22日(日)	◇芸能大会◇ ◇お茶会◇ ◇グラウンドゴルフ◇ ◇模擬店◇ ◇花の販売◇ ◇野菜の販売◇ ◇もちつき◇ ◇バザー◇

『ふれあい渡里まつり実行委員会』

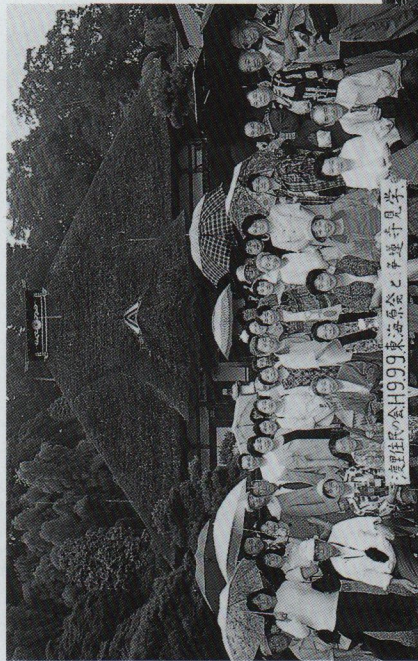


# 東海原子力発電所見学とふるさとの歴史散歩

岡崎ゆき子

原子力発電は、私たちの暮らしに欠かすことができないエネルギー資源となっています。危険性を共なる仕事で真剣に機械を操作し防備して働いている様子や説明を受けて参りました。知らない原子力のことを、ちよびり理解できたかな…。緊張した頭から後、おさかなセンターでおいしい昼食が待っており幸せな気分になりました。この次はすつーと足を延して北茨城の雨の浄蓮寺へ十四人の会津職人さんに守られて立派な茅ぶき屋根が美しい。森の中の道に入れば、花崗川が眼下にサラサラ流れており、三十三体の観音様にも、手を合わせてお祈り致します

た。地域の住民の人達との交流も深まり楽しい旅が出来ました。これからも交流する事から住み良い町づくりが成されていくのではと考えています。



堀第三高齢者クラブ

村山 文男

私たちはあの戦中戦後、一〇ワット電球一個だけの暗い灯の下で薪にむせながら煮炊きしていました。あんな不便な生活には最早もどる事は出来なんでしょう。今家庭にあつて、便利な電化製品が溢れて居り、学校や会社などすべて

の社会で電気を切離した生活は一日たりとも考えられません。その電気の元である火力、水力、原子力、その三者のうち最も難しい原子力発電の学習を選んだ生涯学習部の皆様に加えて頂いて私共高齢者クラブでも勉強会に参加しました。

去る九月九日、厚さと千天続きで待ちに待った雨の中を二台のバスに七六名が分乗して東海原子力発電所に向いました。到着後早速係員のパネルによる原子力発電所の説明を受けました。東海村は地下に活断層がなく地震に強く、発電所に必要不可欠な大量の水の供給に久慈川があり、それに広大な土地がある事で選ばれたとの事で



ありました。

その発電所では、昭和四一年炭酸ガス冷却型で一六万六〇〇〇キロ、さらに昭和五三年沸騰水型で一〇万キロが発電され、おもに水戸市方面に供給され私共は原子力の電気の恩恵を受けて居る事を今更ながら知りました。二つの原子力発電所とも、ウランの核融合によつて熱を生じさせ水を沸騰させてその蒸気でタービンを廻して電気を起こす事等わかり安く説明を受けました。

さらに展示館に於て映画による原子力の仕組みを見てから展示品のパネル及び模型による見学をしました。次に東海発電所の建屋に入り中央制御室に案内されて見たコックピットの様な無数の計器にはびつくしました。村内二十ヶ所以上で放射能を年中測定しその計器の一つである環境監視盤にはその情報が集められているそうです。其の外の計器の一つ一つが多重防護の設計監視がされていました。たとえば電源が切れたり、誤作動がなされても安全に作動して間違いない様なシステムになって居るとの説明を受けました。万一原子炉の中のパイプなどの破断があつて制御棒によるコントロールが出来ない様な緊急時でも原子炉の中に大量の水を注入して急速に炉心を冷却する事が出来るとの事でした。

更らバスに乗り広大な発電所内を案内され発電所の安全面は万全である事を見て歩きました。それでも私は大きな地震の無い事を願ひ、施設の老朽化による放射能漏れの心配と、増え続ける廃棄物の捨て場が確保出来るだろうか不安だけが残り、これが素人考えで終われば良いなあと思ひました。

昼食は日立さかなセンターで生きの良い魚たっぷりのちらしずしを楽しみ、其の後北茨城市の浄蓮寺を雨の中散策しました。此の寺は八葉山浄蓮寺とい、八五八年(天安二年)天台宗の慈覚大師が開創されました。この古寺のた、ずまいとその脇にひっそりと咲く紅白の萩の花の風情にうつとりしながら、寺の裏手に歩を進めて見る浄蓮の滝、さらに三三三の石佛が滝と雨の音で煙る古い木立にこたまし、感動を覚えた秋の赤実した一日でありました。



# 人生すべてから健康第一で

木村 実

住みよいまちづくりをめざして渡里住民の会が発足して二年が経過しました。この間、生涯学習部会は「部会」を始め、広報紙の発行、史跡探訪、郷土かるた大会、幕末と明治の博物館見学と野口徳四先生講話のつどい、渡里ふれあいまつり等々：それはそれは多種多彩にわたり、地域住民皆様方のご協力ご支援を載きながら進めてまいりました。そうした中でも、幕末と明治の博物館見学と野口徳四先生講話のつどいには、今年！百三歳になられた野口徳四先生に、お逢ひし、若々しいその雄姿に、おどろくばかり、又、先生の講話の中に、長寿の秘訣！ほけ予防十ヶ条を聞き、改めて、人の一生は健康でなければならぬと言う事を痛感した次第です。地域住民の皆様方も、渡里に生まれ、住んでよかつた実感できる社会を目指して行く中で！健康、健康、先ずは健康第一で、地域の皆さんと一緒に歩んで行くのではありませんか。

## 私の行動

- 1 快食
- 2 快働
- 3 快眠
- 4 生きようと旺盛な意欲
- 5 頭を使え
- 6 健康は自分で築け
- 7 趣味を持って

## 食訓

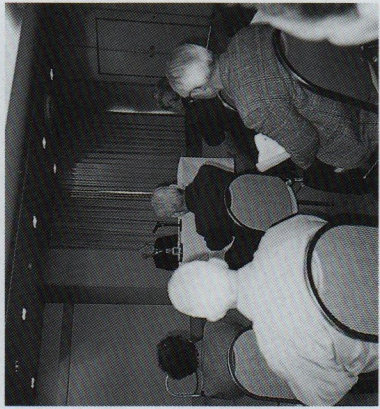
- 1 少肉多菜
- 2 少塩多酢
- 3 少糖多果
- 4 少食多咀
- 1 少衣多浴
- 2 少車多歩
- 3 少煩多眠
- 4 少言多行
- 5 小欲多施

## 教訓



## がん予防12章

- (厚生省発表)
- 1 偏食しない
  - 2 同じものばかりくりかえさない
  - 3 食べすぎない
  - 4 深酒しない
  - 5 ビタミンと繊維を多くとる
  - 6 塩からいものを少なく
  - 7 あまり熱いものをさける
  - 8 ひどく揚げたものを食べない
  - 9 カビたものをさける
  - 10 日光にあたりすぎない
  - 11 過労をさける
  - 12 体を清潔にする



## 長寿者の共通点

- (識者の人生談から)
- 1 生活の節制を守る
  - 2 何事も控え目にする
  - 3 つまらない事に気を使わない
  - 4 食事は腹八分目に
  - 5 過労にならないよう十分な休養
  - 6 毎日やる仕事がある



## 栄養素

- ビタミンB1、蛋白質、米、豚肉、大豆、ゴマ
- ビタミンC、果物、緑黄野菜
- ビタミンD、イワシ、サバ、シイタケ
- カルシウム、乳製品、大豆、魚介類、小松菜

\*\*\*\*\*

## 「幕末と明治の博物館見学と野口徳四先生のごとく」

篠原 守

二月十一日生涯学習部会の行事として実施しました。参加人員二十五名渡里公民館九時に出発して十時明治博物館に到着いたしました。先づスライドにより博物館の今日迄の経過を見幕末の水戸志士の活躍振り明治偉新に至る経過等を見学し博物館の展示品を見て回りましたが改めて創設者田中光顕伯の偉大さを再認いたしました宮内大臣として長く明治天皇に仕へ数々の素晴らしい下飼品が展示され如

何に信望が厚かつたかが伺ひ知ることが出来ました又数々の貴重な資料を十分に堪能することが出来ました。昭和五年にこの記念館が造られたのですが其の頃田中伯が渡里の地に来て居ります長者荘が立つてる地に此の地主の一人である岩崎善士也が東京で料亭を経営して居り親交があつたらしい今在る記念館に関連して来たと思ひますが地区民挙げて歓迎し何か植樹した記憶があるが当時の記録がない残念に思ふ又其の頃岩崎氏と並んで渡里出身の大親分矢嶋慎太郎も偉大な人物であつたが二人とも早く亡くなられたのは惜しい。

それに反し田中伯は天保に生れ明治大正と激動の時代を生き抜かれ昭和十四年九十七才まで生きられたことは素晴らしいと思ふ見学を終へ大洗ホテルに野口徳四先生をお迎えし教へ子も十名余り参加生憎と風邪気味と言ふ話でしたが先づ二年前の小朝が参りましたの録画を見三十分程先生のお話を聞き教へ子達に囲れたら楽しい一時を過ごすことが出来ました想ひ出に残る意義ある研修であつたと思ひます。又小泉部長さんを中心とした渡里生涯学習部会の今後の活躍を期待いたします。

